

**Э. А. Гончаренко**  
*старший преподаватель кафедры прикладной  
физической и тактико-специальной подготовки  
Могилевского института МВД*

## **ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ В СТРЕЛЬБЕ У КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА»**

***Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы, связанные с выявлением структуры факторов, влияющих на результативность стрельбы, разработка и апробация методики, обеспечивающей надежность и стабильность формирования стрелковых навыков у курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел Республики Беларусь.*

Для того чтобы успешно решать служебные задачи, сотруднику органов внутренних дел необходим высокий уровень стрелковой, физической и психологической подготовки. Учитывая, что в учреждения образования Министерства внутренних дел поступают курсанты с различным уровнем физической подготовленности, особый интерес представляет оценка оптимальности соотношения физических качеств и способностей, обеспечивающих рост стрелковой подготовленности курсантов.

Вопросы взаимосвязи психофизиологических процессов с обучением стрельбе в учреждениях образования Министерства внутренних дел до сих пор не изучены. Необходимость формирования у курсантов комплекса физических и психических качеств (определяющих успешность двигательной деятельности), реализуемых в виде соответствующих двигательных навыков и умений стрелковой подготовки, свидетельствует об актуальности нашего исследования.

Цель нашего исследования — выработать методику индивидуального подхода в обучении стрельбе в учреждениях образования Министерства внутренних дел в соответствии с учетом индивидуальных особенностей курсанта. В процессе исследования предполагалось изучить уровень развития физических качеств, необходимый для формирования результативности в стрельбе и влияние психофизиологических процессов на результативность обучения стрельбе у курсантов учреждения образования «Могилевский институт Министерства внутренних дел Республики Беларусь».

Решение данных задач позволит индивидуализировать процесс обучения стрельбе в учреждениях высшего образования Министерства внутренних дел Республики Беларусь с учетом психофизиологических свойств нервной системы обучаемых, а также нормативных документов, регламентирующих проведение огневой подготовки.

В этой связи в соответствии с целью и задачами исследования на первой стадии формирующего педагогического эксперимента давалась оценка значимости влияния вводимых в педагогический процесс экспериментальных факторов на физическую и психологическую подготовленность испытуемых. В качестве первого экспериментального фактора было избрано варьирование соотношения средств общей и специальной подготовки, акцентирующих совершенствование скоростных, силовых и координационных способностей. Вторым экспериментальным фактором рассматривался избранный исходный уровень психологической готовности испытуемых.

Исходя из результатов проведенных исследований формирующего эксперимента [1] можно полагать, что испытуемые, обладавшие различной физической подготовленностью, существенно отличаются как исходными уровнями развития физических качеств, так и определенными диапазонами проявления психофизиологических функций, обеспечивающих координационную эффективность деятельности стрелка. Выявленные в ходе формирующего эксперимента статистически значимые различия исходного состояния и их динамики в процессе введения в учебный процесс специальных подготовительных упражнений на развитие координационных способностей дают основание утверждать о правомерности подобной констатации и позволяют говорить о необходимости реализации идей дифференцированного подхода в планировании, организации и проведении занятий по огневой подготовке курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел [1].

Таким образом, мы можем предположить, что нормативы по физической подготовке, утвержденные приказом о профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел для каждой возрастной группы могут являться своеобразными критериями оценки развития физических качеств. Необходимо учитывать, что для курсантов, обучающихся в учреждении образования Министерства внутренних дел и изучающих дисциплину «Огневая подготовка» модельные характеристики физической подготовленности имеют наибольшее значение в обучении навыкам практической стрельбы на начальном этапе. В качестве модельных маркеров целесообразно учитывать результаты контрольных нормативов, наиболее коррелируемых со стрельбой,

предусмотренных действующим нормативным документом по профессиональной подготовке. К ним относятся: бег на 100 м (оценка скоростных способностей); бег на 1500 м (оценка общей выносливости); сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (оценка силовой выносливости). Наиболее коррелируемыми физическими качествами на способность к формированию навыков практической стрельбы для курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь являются координация и силовая выносливость (таблица 1).

**Таблица 1 — Критерии для определения уровня двигательных координационных способностей курсантов к обучению практической стрельбе**

Физические качества	Нормативы	Уровень физической подготовленности курсантов		
		Высокий	Средний	Низкий
Ловкость	Челночный бег 10×10 (сек)	24,3	25,1	26,2
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз)	32	30	25

Сравнительный анализ результатов тестирования курсантов на формирующей и констатирующей стадиях исследования на способность к динамическому равновесию показал, что испытуемые экспериментальной группы улучшили собственные координационные способности, выполняя специальные подготовительные упражнения на развитие устойчивости в процессе эксперимента. В результате проведенного эксперимента был определен контрольный тест для оценки динамического равновесия (таблица 2), способствующий выявлению предрасположенности к обучению практической стрельбе курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь. Тест для оценки динамического равновесия предусматривал повороты на гимнастической скамейке. Результат — количество выполненных поворотов за 20 секунд с точностью до пол-оборота. Поворот считался законченным тогда, когда испытуемый возвращался в исходное положение. При потере равновесия (упал, соскочил со скамейки) счет поворотов прекращался. После принятия испытуемым исходного положения счет вновь продолжался.

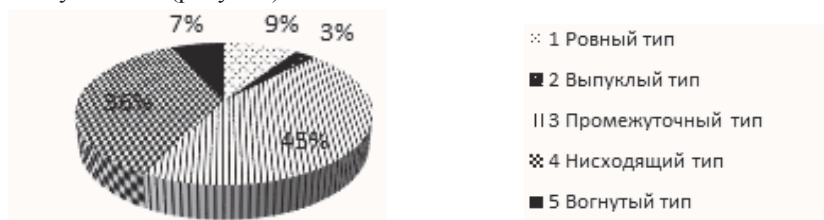
По результатам тестирования, в случае необходимости, при уровне способности < 4,5 оборота за 20 секунд на гимнастической скамейке необходимо индивидуально рекомендовать курсантам упражнения для повышения их динамической координации [2].

Таблица 2 — Нормы для оценки способности к динамическому равновесию

Нормы для оценки способности к динамическому равновесию (количество оборотов)	ОЦЕНКА			
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«достаточно»
	7	6	4,5	< 4,5

Одним из основных элементов надежности в стрельбе сотрудника органов внутренних дел, как считают многие специалисты в области стрелкового спорта [3–7], является помехоустойчивость, т. е. способность вести стрельбу, не снижая результативности, в условиях неожиданно возникающих отвлекающих факторов как позитивного, так и негативного характера. На начальном этапе обучения свидетельством о низком уровне помехоустойчивости может являться реакция курсанта на помехи (жалобы на слабую освещенность, задержки при стрельбе, холод и т. д.). На начальном этапе обучения уровень помехоустойчивости можно определить только по результатам стрельбы. Для определения силы нервных процессов была использована методика «Теппинг-тест», разработанная Е. П. Ильиным, на аппаратно-программном комплексе «НС-ПсихоТест».

Диагностика силы нервных процессов определялась путем измерения динамики темпа движений кисти. Сила нервных процессов отражает общую работоспособность человека. Человек с сильным типом нервной системы способен выдерживать более интенсивную и длительную нагрузку, чем человек со слабым типом нервной системы. При слабой нервной системе утомление вследствие психического или физического напряжения возникает быстрее, чем при сильной [8]. Таким образом, в ходе эксперимента было определено 5 типов нервной системы у испытуемых: выпуклый тип, ровный тип, нисходящий тип, промежуточный тип, вогнутый тип (рисунок).



**Распределение обследуемых курсантов по типам нервной системы в процентах**

В результате проведенного нами исследования возможно по предложенным критериям без стрельбы из боевого оружия определить уровень

помехоустойчивости у курсанта и распределить обучаемых на подгруппы в зависимости от предрасположенности к обучению стрельбе и типов нервной системы (таблица 3).

Таблица 3 — **Критерии, определяющие уровень помехоустойчивости курсанта по психомоторным показателям**

№ п/п	Критерии тестирования	Контактная треморметрия			Контактная координациометрия по профилю		
		отлично	хорошо	удовлетворительно	отлично	хорошо	удовлетворительно
1	Среднее количество касаний в секунду	0,36	0,95	1,54	0,91	1,5	2,09
2	Средняя продолжительность касаний в секунду	0,01	0,03	0,06	0,05	0,1	0,15
3	Время прохождения лабиринта	–	–	–	20,2	27,4	34,6

Предлагается следующий алгоритм управления учебным процессом по дисциплине «Огневая подготовка». Первый этап (первый год обучения): обучение навыкам стрельбы в статических положениях. Отрабатывается с курсантами, имеющими вогнутый и нисходящий типы нервной системы. На этом этапе необходимо особое внимание уделять базовой технике стрельбы: стойке, хвату, прицеливанию. Упражнения необходимо отрабатывать с использованием тренировок на оптико-электронных тренажерах.

Второй этап (второй год обучения): обучение стрельбе из неудобных положений (стрельба из положений: стоя, с колена, лежа). Отрабатывается как с курсантами, имеющими как вогнутый и нисходящий типы нервной системы, так и с курсантами с промежуточным типом нервной системы. На этом этапе целесообразно отрабатывать изготочки к стрельбе с использованием неустойчивой опоры: выполнение упражнений стоя на опорной ноге, для совершенствования изготочки с колена и лежа можно использовать щит, установленный на колесный баллон.

Третий этап (третий и четвертый годы обучения): обучение стрельбе после передвижений на фоне сбивающих факторов. Отрабатывается

со всеми курсантами, имеющими все типы нервной системы. На этом этапе в качестве сбивающих факторов целесообразно использовать челночный бег 10×10, сгибание рук в упоре на брусьях, перекаты на 360 градусов, светозумовые помехи, преодоление полосы препятствий.

В результате деления курсантов на подгруппы в зависимости от типов нервной системы осуществляется дифференцированный подход в обучении курсантов навыкам стрельбы, тем самым происходит значительная экономия времени преподавательского состава и материальных средств в виде боеприпасов.

В результате проведенного исследования установлено, что с ростом психического напряжения эффективность деятельности у курсантов учреждений образования улучшается у лиц с «сильным» типом нервной системы, уравновешенных, нетревожных, эмоционально невозбудимых, импульсивных и эмоционально устойчивых. Для курсантов с противоположными показателями эффективность соревновательной деятельности лучше, если уровень психического напряжения незначительно отличается от уровня психического напряжения на учебных занятиях [9].

Таким образом, несмотря на достаточно большое количество методов оценок уровня результативности в стрелковом спорте, наиболее общим недостатком их использования является отсутствие комплексности в применении.

Для повышения уровня владения оружием на начальном этапе обучения возможны формирование и подготовка учебных групп с учетом типа нервной системы обучаемого, а также развития значимых физических качеств стрелка. Индивидуализация обучения заключается в том, что для данной категории обучающихся необходимо использовать расчлененно-конструктивный метод обучения, предусматривающий расчленение целостного двигательного действия на отдельные фазы или элементы с поочередным их разучиванием и с последующим соединением в единое целое, в зависимости от типа нервной системы. Чем быстрее курсант освоит технику медленной стрельбы на начальном этапе, тем больше времени останется на обучение навыкам практической стрельбы, приближенной к реальной обстановке. Полученные в исследовании данные позволяют определить модельные характеристики курсантов по психомоторным показателям. Также отметим, что систематическое психофизиологическое обследование курсантов позволит проследивать динамику их психоэмоционального состояния и своевременно вносить коррективы в учебный процесс для повышения эффективности в обучении стрельбе.

## Список основных источников

1. Гончаренко, Э. А. Значение физических качеств курсантов учреждений образования МВД для формирования навыков стрелковой подготовленности / Э. А. Гончаренко // Thesaurus : зб. навук. прац / Магілеўскі інстытут МУС ; пад рэд. В. Д. Выбарнага. – Магілеў, 2016. – Вып. II. – С. 36–40.
2. Гончаренко, Э. А. Развитие координационных способностей курсантов, обучающихся в учреждениях образования Министерства внутренних дел, на примере огневой подготовки / Э. А. Гончаренко // Мир спорта. – 2015. – № 4 (61). – С. 25–30.
3. Вайнштейн, Л. М. Основы стрелкового мастерства / Л. М. Вайнштейн. – М., 1960. – 230 с.
4. Жилина, М. Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена / М. Я. Жилина. – М. : ДОСААФ, 1986. – 104 с.
5. Иткис, М. А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена / М. А. Иткис. – М. : ДОСААФ, 1982. – 128 с.
6. Каримов, А. А. Совершенствование тренировочного процесса спортсменов практической стрельбы : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А. А. Каримов. – Улан-Удэ, 2003. – 17 с.
7. Малышев, В. А. Основы стрельбы из служебного пистолета / В. А. Малышев. – Л., 1988. – 71 с.
8. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учебник для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
9. Гончаренко, Э. А. Психолого-педагогический контроль эффективности стрелковой подготовки у курсантов специализированного учреждения образования методами психодиагностики / Э. А. Гончаренко // Мир спорта. – 2017. – № 2 (67). – С. 47–51.

УДК 159.9:34

**И. В. Данькова**

*старший преподаватель кафедры правовых дисциплин  
Могилевского института МВД*

## ПОРТРЕТ ПОДРОСТКА-ДЕВИАНТА: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

***Аннотация.** Данная статья посвящена психолого-педагогическим особенностям подросткового возраста, который многими авторами характеризуется как критический период перехода от детства к взрослости. Вместе с тем рассматривается вопрос о том, каким образом эти особенности оказывают влияние на возникновение и развитие девиантного поведения подростка.*

Как известно, подростковый возраст — это самый сложный и кризисный из всех детских возрастов. Именно в этот период у подростка формируются основные социальные ценности и установки, а также